



HANNAH GABOARDI
TRYCHOLOG

Zdrowe włosy - porady

Dlaczego zdrowie włosów jest ważne?

Jestem wykwalifikowanym trychologiem i specjalistą w dziedzinie uzupełniania włosów z ponad 15-letnim doświadczeniem w branży. Jako trycholog, specjalizuję się w nauce o ludzkich włosach i skórze głowy - ich funkcji, strukturze i ogólnym zdrowiu. Uwielbiam rozumieć włosy od środka - od nauki stojącej za zdrowiem naszych włosów i skóry głowy, aż po sposoby stylizowania ich zgodnie z naszymi potrzebami. Moim zdaniem, włosy są ramą twarzy i odgrywają dużą rolę w ogólnej samoocenie. Niezdrowe włosy mogą być również oznaką starzenia się. Patrząc na włosy można wiele powiedzieć o ogólnym stanie zdrowia, dlatego ważne jest, aby o nie dbać. Utrzymanie zdrowych włosów oznacza, że nie są one podatne na łamanie i wyglądają na błyszczące i mocne.

Jakie trendy zauważyłaś ostatnio, jeśli chodzi o zdrowie włosów?

Istnieje duży trend na rynku, w którym ludzie zwracają większą uwagę na ich skórę głowy i ogólny stan włosów od wewnątrz na zewnątrz. Zauważyłam większą liczbę klientów, którzy chcą mieć bardziej dogłębną analizę ich skóry głowy i bardziej skrupulatne doradztwo z zakresu braku składników odżywczych i poziomu witamin w odniesieniu do ich predyspozycji genetycznych.

Wypadanie włosów jest również dużym problemem w tej chwili, ponieważ zaobserwowałam 60% wzrost liczby konsultacji z powodu wypadania włosów. Wielu moich klientów cierpi na wypadanie włosów z powodu stresu związanego z ostatnimi 15 miesiącami. Co istotne, możesz utrzymać swoje włosy w zdrowiu kontrolując ilość ciepła, którym na nie oddziałujesz i wybierając naturalne produkty w swojej rutynie pielęgnacyjnej. Na przykład, woda ryżowa jest obecnie bardzo modna i ma bardzo korzystny wpływ na zdrowie włosów. Domowe maseczki z awokado również istotnie zwiększają nawilżenie i połysk włosów.

Co to właściwie są zdrowe włosy i jak je utrzymać?

Możesz przeanalizować stan swoich włosów, szukając pewnych oznak. Na przykład, zdrowe włosy są elastyczne, minimalnie się łamią, są lśniące i gładkie. Jeśli Twoje włosy są suche w dotyku, matowe i łatwo się łamią, prawdopodobnie nie są zdrowe.

Istnieje wiele czynników, które wpływają na zdrowie naszych włosów. Nasze włosy codziennie poddawane są wielu czynnikom stresogennym, które mogą mieć na nie wpływ- takim, jak farbowanie, szczotkowanie, warunki pogodowe i używanie rozgrzanych narzędzi do stylizacji.

Aby zachować zdrowe włosy, musisz mieć zdrową rutynę pielęgnacji włosów. Obejmuje ona wszystko, począwszy od stosowania odpowiedniego szamponu i odżywki do Twojego rodzaju włosów, poprzez inwestowanie we właściwe narzędzia fryzjerskie, aby uniknąć uszkodzenia włosów podczas ich stylizacji, a nawet stosowanie zrównoważonej diety zawierającej kluczowe składniki, takie jak Omega 3 i biotyna.

W jaki sposób produkty Panasonic pomagają utrzymać zdrowe włosy i jak ważne jest inwestowanie w urządzenia, które dbają o Twoje włosy?

Ważne jest, aby zainwestować w dobrą suszarkę do włosów, ponieważ pomaga ona zredukować elektryzowanie się włosów, dzięki czemu stają się one gładziej i bardziej opływowe. Zaawansowana pielęgnacja włosów Panasonic ma na celu ochronę zdrowia włosów na głębszym poziomie, co oznacza, że nie tylko uzyskujesz wspaniałe rezultaty zewnętrzne w postaci lśniących, jedwabistych i gładkich włosów, ale również poprawiasz i utrzymujesz wewnętrzną jakość włosów.

Inwestując w swoje włosy, używając takich narzędzi jak Panasonic, wykraczasz poza funkcjonalność i powierzchniowy styl. Na przykład technologia nanoe™ firmy Panasonic utrzymuje nawilżenie włosów, redukując uszkodzenia spowodowane szczotkowaniem poprzez utrzymywanie pasm nawilżonych, dzięki czemu są mniej łamliwe i suche, a bardziej błyszczące i gładkie.





MICHAEL DOUGLAS
PROFESJONALNY STYLISTA FRYZUR

Sprężyste suszenie włosów

Jak wykonać - sprężyste suszenie włosów

1. Na początek, zastosuj spray lub serum termoochronne i zacznij suszyć włosy na średniej prędkości. Włosy muszą być suche w około 80%.
2. Następnie przedziel włosy gdzie chcesz i zacznij od wysuszenia przedniej części włosów. Ta sekcja zazwyczaj schnie jako pierwsza, więc warto ją wysuszyć i ułożyć, zanim przejdziesz do reszty.
3. Aby rozpocząć stylizację tej sekcji, użyj okrągłej szczotki i przesuwaj ją pod spodem, nakładając ciepło na włosy od nasady w kierunku końcówek. Upewnij się, że używasz dyszy suszarki do stylizacji i kierujesz ciepło w dół włosa. Dzięki temu otoczka włosa pozostanie płaska, a włosy nie będą się puszyć. Uwielbiam dyszę oscylacyjną w suszarce Panasonic EH-NA67 Enrich Family Care, ponieważ automatycznie rozprosza ona gorące powietrze od lewej do prawej strony, co oznacza, że włosy i skóra głowy nie są przegrzane.
4. Następnie owiń włosy wokół szczotki i podgrzej. W trakcie suszenia, włosy nawijaj na szczotkę. Możesz stylizować przednią część włosów, susząc je w kierunku twarzy lub od niej, w zależności od tego, jaki efekt chcesz uzyskać. Uważaj, aby nie przykładać suszarki zbyt blisko, ponieważ może to uszkodzić włosy. Suszarka do włosów Panasonic EH-NA67 Enrich Family Care wykorzystuje technologię nanoe™, która pomaga zatrzymać wilgoć i zapobiega niepotrzebnym uszkodzeniom spowodowanym szczotkowaniem.
5. Po wyschnięciu przedniej części włosów, możesz użyć klipsów, aby przypiąć kosmyki, przechodząc do następnej części.
6. Następnie, przedziel włosy od ucha do ucha. Podziel ten przedziałek na dwie części i wysusz włosy na dużej okrągłej szczotce, powtarzając tę samą technikę, którą stosowałaś przy suszeniu przedniej części. Pamiętaj, by kierować ciepło w dół trzonu włosa.
7. W kolejnej sekcji, podziel włosy poziomo, na około cztery-sześć sekcji, w zależności od grubości i długości włosów.
8. Ponownie powtórz ruch nawijania szczotki pod pasmem i przesuwania szczotki w dół, jednocześnie używając suszarki do włosów i kierując ciepło w dół.
9. Na koniec, podziel górną część włosów na dwie części wzdłuż przedziałka. Możesz suszyć włosy w kierunku twarzy lub od twarzy, w zależności od tego, jaki efekt chcesz uzyskać.
10. Zdejmij spinki i spryskaj włosy elastycznym lakierem do włosów.

Porady dotyczące suszenia włosów

- Zawsze używaj dyszy na suszarce - kieruje ona ciepło w dół trzonu włosa, dzięki czemu łuska włosa pozostaje płaska, co zapewnia gładkie i lśniące wykończenie.
- Aby nadać włosom większą objętość na czubku głowy, wykonaj przedziałek po zakończeniu suszenia.
- Staraj się unikać suszenia włosów, gdy są mokre. Zamiast tego, zawiń włosy w bawełnianą koszulkę lub ręcznik i osusz je - nigdy nie pocieraj! Staraj się używać suszarki na wilgotnych włosach - zapobiegnie to przesuszeniu kosmyków.
- Stosując produkt do stylizacji lub produkt termoochronny przed suszeniem, pamiętaj, aby rozprowadzić go na całej długości włosów - nie tylko na ich górnej partii.
- Nie wybieraj najwyższego ustawienia suszarki do włosów! W większości przypadków nie jest to konieczne.
- Potrzebujesz odpowiednich narzędzi - większe szczotki dają gładziej wykończenie i mogą nadać włosom objętość. Bądź jednak ostrożna! Jeśli Twoja szczotka ma metalowy środek, bardzo szybko się nagrzewa, więc postaraj się ograniczyć czas suszenia do minimum.
- Ważne jest, aby pozwolić włosom "osiąść", w przeciwnym razie fryzura nie będzie trwała. Przed przejściem do następnej sekcji podczas suszenia, pozwól włosom odpocząć przez chwilę na szczotce, aby ostygły. Dzięki temu Twoja fryzura będzie trwalsza.





MICHAEL DOUGLAS
PROFESJONALNY STYLISTA FRYZUR

Loki i fale dzięki prostownicy

Loki i fale prostownicą - jak wykonać

1. Na początek, nałóż spray lub serum termoochronne i upewnij się, że jest równomiernie rozprowadzone. Włosy muszą być całkowicie suche przed rozpoczęciem pracy. Następnie podziel włosy na sekcje - będziesz pracować od dołu do góry. W zależności od grubości włosów i tego, jakie loki chcesz uzyskać, określisz wielkość każdej z sekcji. Im większe pasma, tym luźniejsze i większe loki!
2. Na pierwszej sekcji, zaciśnij prostownicę blisko górnej części włosów. Bądź delikatna i nie zbliżaj się zbyt blisko do skóry głowy.
3. Ostrożnie przeciągnij prostownicę w dół trzonu włosa - dokładnie tak, jak byś to robiła, gdybyś miała zamiar go wyprostować. Z tą różnicą, że zamiast przesuwając prostownicę aż po same końce, zatrzymaj się w miejscu, gdzie chcesz, by zaczął się skręt i obróć prostownicę o 180 stopni.
4. Następnie delikatnie przeciągnij w dół przez resztę włosów. Polecam używanie prostownic z elastycznymi płytkami - takich jak Panasonic EH-HS0E: Enrich + Advanced Care Hair Straightener - elastyczne płytki mocno trzymają włosy, ale nie powodują uszkodzeń podczas przesuwania się po włosach.
5. Aby uzyskać bardziej naturalny wygląd, polecam rozpoczęcie kręcenia loków od połowy do końca włosów. Dzięki temu uzyskasz bardziej miękkie i naturalne włosy. Możesz również zdecydować się na skręcenie włosów po same końcówki lub zwolnić je tuż przed końcem, aby uzyskać naturalnie wyglądającą falę.
6. Po ułożeniu wszystkich sekcji, użyj palców lub grzebienia o szerokich zębach, aby rozdzielić loki, co nada im bardziej naturalny wygląd. Na koniec spryskaj włosy lakierem i/lub lakierem teksturyzującym.

Porady dotyczące prostownicy

- Jeśli tworzysz loki lub fale za pomocą prostownicy, wymaga to po prostu praktyki. Chcesz, aby ruch był płynny i ciągły. Ćwicz, ćwicz, ćwicz! Zrób "próbę" z wyłączoną prostownicą, abyś mogła opanować ruchy zanim zaczniesz.
- Jeżeli się spieszysz, ale chcesz nadać włosom nieco ruchu i tekstury, podziel je z grubsza na sekcje i nadaj miękkie fale na środkowych i dolnych partiach włosów.
- Jeśli zauważasz parę podczas stosowania prostownicy - Twoje włosy są jeszcze mokre! Nigdy nie używaj prostownicy na wilgotnych lub mokrych włosach. To je zniszczy!
- Chociaż prostownice osiągają dziś bardzo wysokie temperatury, nie musisz używać maksymalnego ustawienia ciepła. Nie sprawi to, że Twoja fryzura będzie trwalsza, a wręcz przeciwnie - zniszczy Twoje włosy. Zmniejsz ją i wybierz średnią temperaturę. Uwielbiam prostownice z czujnikami ciepła, model Panasonic EH-HS0E: Enrich + Advanced Care Hair Straightener posiada inteligentny czujnik temperatury o wysokiej prędkości i wykorzystuje unikalną technologię nanoe™, aby wzbogacać i chronić włosy.
- Podczas prostowania lub kręcenia włosów za pomocą prostownicy, pamiętaj o ich napinaniu. Dzięki temu będą potrzebowały mniej przejść prostownicy, co oznacza mniej uszkodzeń.

